

N° 4 2011

live

Le magazine des clients de Sympany

Se rassurer à tout moment

Conseil médical par téléphone pour les assurés Page 6

Ralph Lewin, président du conseil de fondation Page 10

Football comme chez les grands Page 13


cap sur la différence

Lukas Lanz (33 ans), Arlesheim, Bâle-Campagne, assuré chez Sympany depuis 2007

Lukas Lanz est fasciné par la technique. Il est titulaire d'une maturité professionnelle d'électromécanicien, mais aussi organisateur de fêtes, serrurier, camionneur, paysagiste et chef de projets immobiliers. Polyvalent et toujours sur les routes, il est malgré tout – ou pour cette raison justement – très attaché à sa famille.



Entreprise

A partir de 2001, nous avons organisé des fêtes techno dans une zone industrielle désaffectée que nous louions aussi pour des manifestations. Il y avait de plus en plus à faire; c'est à partir de là que notre entreprise s'est développée – je suis aussi devenu, restaurateur. Plus que la fête elle-même, c'est la technique et l'organisation qui m'intéressaient.

Sapeurs-pompiers

Chez les sapeurs-pompiers, la technique est importante. Elle doit être simple et fonctionner en cas d'urgence. En m'engageant chez les sapeurs-pompiers, je souhaite contribuer à la sécurité. J'ai déjà été témoin de situations où quelqu'un avait besoin d'aide et n'en a pas reçu. En cas d'urgence, il est important d'agir juste et de pouvoir aider les autres.

Famille

Faire vivre sa famille est une tâche, l'éducation des enfants en est une autre. Ma femme et moi les partageons. J'ai souhaité avoir des enfants et je veux les voir grandir. Outre mon métier et ma famille, je n'ai plus besoin de loisirs. Peut-être lire au calme et sans contrainte de temps même si ce n'est qu'un mode d'emploi...

Entre partenaires

Nos collaborateurs se sont rassemblés pour former, le temps d'une photo, le logo de Sympany – un travail en partenariat! Vous aussi, nos clientes et clients, bénéficiez toujours d'un partenariat solide avec Sympany. Le président du conseil de fondation, Ralph Lewin, en est convaincu lui aussi. Avant de quitter son poste à la fin de l'année, il évoque, à travers une interview, le système de santé et ses 25 ans passés dans l'entreprise.

Le terrain de football vit aussi sous le signe du partenariat. live évoque le KidsCamp du FC Bâle 1893, que Sympany soutient depuis cette saison. Les enfants y rencontrent leurs idoles du football et pratiquent une activité saine avec fair-play et esprit d'équipe.

La possibilité, pour les assurés, en cas de problèmes de santé, de demander un conseil médical gratuit par téléphone s'inscrit également dans le partenariat avec Sympany. live vous montre comment ce conseil se déroule chez Medgate, partenaire de Sympany. Vous saurez en outre comment vous pouvez, vous aussi, bénéficier de la télémedecine 24 heures sur 24 et, même, économiser des primes.

Nous vous adressons nos salutations de partenaire et vous souhaitons d'ores et déjà une bonne année!

La rédaction



Assurance qui met le cap sur la différence, Sympany offre une protection sur mesure et une assistance attentionnée. Sympany propose des assurances maladie et accidents pour les particuliers et les entreprises ainsi que, depuis 2009, des assurances choses et responsabilité civile.

04 Impulsions

06 Sujet

N'importe où, n'importe quand: conseil médical par téléphone

10 Interview

Ralph Lewin évoque l'histoire de Sympany et l'avenir de la santé

12 Service

Bien assuré en vélo – demain sans vignette

13 Actualités

FCB-KidsCamps: football rime avec responsabilité sociale

14 A votre service

15 Un plaisir sain

16 Un bon conseil

IMPRESSUM

Editeur: Groupe Sympany

Rédaction: Communication d'entreprise de Sympany, redaktion@sympany.ch

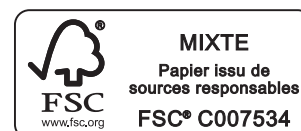
Mise en page: Crafft Kommunikation AG, Zurich

Photos: Derek Li Wan Po, Bâle, Sympany, Bâle, Schlitten.ch, Stockfood, Istockphoto, Getty Images, Crafft Kommunikation, Zurich, fam. Rungger, Glis

Impression: Ziegler Druck- und Verlags-AG, Winterthur

Papier: Biberist Furioso, sans bois

Tirage: 140 000



La santé en chiffres

CHF **170 000.-**

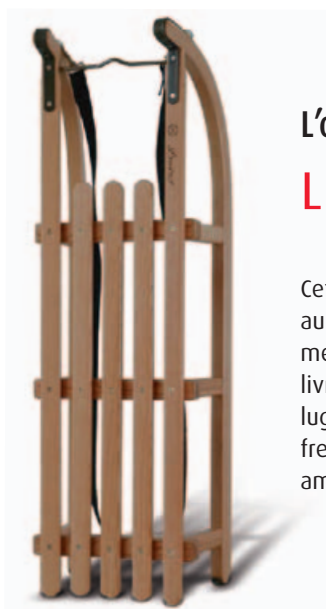
C'est ce que peut coûter par an le traitement d'un cancer de l'intestin métastatique si le patient se trouve dans une phase stable de la maladie. Ces frais comprennent principalement le traitement hospitalier pour l'ablation chirurgicale de la tumeur, la radiothérapie et la chimiothérapie. Sont aussi inclus tous les coûts des médicaments, des contrôles médicaux ambulatoires et du suivi de Spitex à domicile. Tous les frais sont couverts par l'assurance de base.

En bref La randonnée en raquettes

A l'âge de pierre, les raquettes étaient pour les chasseurs-cueilleurs le seul moyen de se déplacer dans les régions enneigées. Aujourd'hui, ce sport est en vogue surtout chez les amoureux de la nature et permet d'échapper au stress quotidien.

Etre au cœur de la nature par des températures glaciales, atteindre des zones difficilement accessibles ou gravir de hauts sommets alpins, voilà autant de découvertes que vous pouvez faire seul, entre amis ou en famille. Selon la difficulté du parcours, corps et esprit seront ainsi revitalisés!

Equipé de raquettes et de bâtons, vous voilà prêt à partir. L'équipement peut généralement être loué sur place. Grâce à des chaussures d'hiver montantes et étanches vous éviterez d'avoir les pieds mouillés. Et pour ne pas avoir froid, portez plusieurs couches de vêtements selon le principe de l'oignon.



L'objet

Luge Davos

Cette luge, la plus vendue en Suisse, est un classique. La luge Davos fut créée au XIX^e siècle à partir d'une luge norvégienne légère perfectionnée par des menuisiers locaux. Son nom vient de la première course de luge qui, selon les livres d'histoire, eut lieu en 1883 à Davos. Presqu'entièrement en bois dur, cette luge fabriquée à la main offre, en fonction du modèle, une à trois places. Le freinage et le guidage se font avec les pieds. La luge Davos ravira tous les amateurs de glisse préférant le confort à la vitesse.

Recettes de grand-mère

Pour combattre le froid



La bonne vieille recette du coussin aux noyaux de cerise, comme jadis, réchauffera vos froides journées d'hiver. Mettez-le dans le poêle de faïence ou au four, posez-le à l'endroit du corps souhaité et profitez de la chaleur accumulée avec une bonne tasse de thé.

Nuit des musées de Bâle 2012

Sympany met en jeu 250 × 2 billets

Des têtes de nègre qui font de la course automobile, les archives de la vie à découvrir, des histoires de licornes et de dragons, la présentation, par le directeur du musée, de ses pièces préférées, tels sont les ingrédients de la Nuit des Musées! Plus de 30 musées et établissements culturels, à Bâle, ouvriront leurs portes à cette occasion le vendredi 13 janvier 2012. Sponsor principal, Sympany met en jeu 250 × 2 billets. Gagnez deux billets par SMS ou via notre site web. Date limite de participation: 31 décembre 2011.

Envoyez «Sympany Museum» avec votre nom et votre adresse par SMS au 963 (CHF -.20/SMS) ou via www.sympany.ch/fr/museumsnacht



Participez
et gagnez!

Conseil de Sympany

Rester en forme avec Sympany



Etre en forme améliore le bien-être comme la santé. Votre activité sportive est donc importante aux yeux de Sympany. Sympany verse une contribution pour votre inscription à un club de sport ou une association sportive. Sympany couvre aussi une partie des frais d'inscription au centre de fitness. Le montant maximal versé en 2012 pour le fitness va, selon la couverture d'assurance, jusqu'à 300 francs par an et par personne. Pour plus d'infos, rendez-vous sur www.sympany.ch/private/fr/fitbleiben

Se rassurer par téléphone

La télémédecine associe au conseil médical les possibilités de la télécommunication et offre une tranquillité 24 heures sur 24. Les clients de Sympany peuvent eux aussi se faire conseiller gratuitement par téléphone à tout moment.

La santé est notre bien le plus précieux. C'est pourquoi elle est confiée aux médecins. Or, il arrive souvent que cette aide ne soit pas disponible lorsque nous sommes confrontés à des problèmes de santé: les enfants tombent malades durant le week-end, des questions médicales se posent pendant les vacances, la grippe nous terrasse pendant les jours de fête et de petits incidents surviennent lorsque pharmacies et cabinets médicaux sont fermés.

Là pour vous 24 heures sur 24

Souvent, on n'est pas sûr de la marche à suivre. Quelle est la gravité de l'affection? Un traitement en urgence est-il indiqué, doit-on attendre le rendez-vous chez le médecin ou peut-on recourir aux médicaments qu'on a à la maison? Dans ces cas, on aimerait être rassuré. Et parfois tout simplement un conseil, sans rendez-vous ni salle d'attente...

C'est pourquoi il existe pour les assurés de Sympany un conseil médical gratuit et indépendant par téléphone, 24 heures sur 24. Vous avez à tout moment et d'où que ce soit la possibilité de demander conseil à un spécialiste de médecine qui vous dira si une visite chez le médecin est nécessaire. Pour cette offre, Sympany collabore avec Medgate, le centre suisse de télémédecine.

Au cas par cas

Celui qui appelle Medgate est entre de bonnes mains: quelques questions permettent d'abord de saisir les données personnelles et la requête. En fonction de l'urgence médicale, on convient d'un rappel par un médecin. Un conseil personnalisé suivra: après un entretien avec le patient, le médecin indique au téléphone les possibilités d'autotraitement ou adresse le patient au médecin de famille ou à un spécialiste pour un examen. Si nécessaire, d'autres prises de contact sont convenues afin de suivre l'état de santé et de prendre de nouvelles mesures en cas d'évolution. En cas d'urgence, Medgate peut également organiser une hospitalisation.

Recours aux photos numérisées

Le médecin Medgate peut également, dans certains cas, prescrire des médicaments et faire parvenir l'ordonnance à une pharmacie. Et pour l'évaluation de blessures ou d'irrup-

tions cutanées, les patients ont aussi la possibilité d'envoyer à Medgate une photographie numérisée de l'endroit concerné. Bien sûr, cela simplifie le diagnostic à distance dans de nombreux cas.

Le cas n'est clos pour Medgate que lorsque le patient est correctement pris en charge et rassuré. Si une consultation chez le médecin est requise, Medgate envoie, sur demande, un rapport au médecin qui prendra en charge le patient.

Voir avec les oreilles

La vision de Medgate est d'apporter conseil médical et compétence indépendamment du lieu et de l'heure dans chaque foyer. Rapidité et indépendance sont pour Jan von Overbeck, médecin-chef de Medgate, les avantages clés de la télémédecine. Mais celle-ci est aussi un défi: «Bien écouter et poser les bonnes questions, tels sont les outils de travail les plus importants en télémédecine. Cela est très apprécié par les patients. Nous comptons sur un personnel médical bien formé qui est spécifiquement entraîné à cette forme de communication. Nous apprenons à voir avec les oreilles.» Le centre de téléconsultation moderne de Medgate, à Bâle, compte également 60 médecins de différentes spécialités ainsi que 50 assistants de télémédecine au bénéfice d'une formation en soins infirmiers ou assistance médicale.

Compétence et sécurité

Outre la formation et le perfectionnement, l'expérience et le travail d'équipe sont importants. Ainsi, les expériences réalisées sont intégrées au conseil au fur et à mesure. Les médecins travaillent avec des protocoles de travail et un système de gestion du savoir. Ceux-ci permettent un conseil professionnel même dans des cas complexes, ils aident à analyser l'urgence du cas et à définir le traitement.

La télémédecine fait donc intervenir beaucoup de technologie. C'est pourquoi la prudence est aussi de mise: les données et les antécédents des patients sont traités en toute confidentialité. Des normes de protection des données et de sécurité élevées – et bien sûr le secret médical – leur sont appliqués. En appelant Medgate, tout patient peut ainsi se sentir aussi rassuré qu'au cabinet du médecin, cela à tout moment, 24 heures sur 24!

Cinq cas, cinq solutions – ou comment un appel peut aider à résoudre les problèmes les plus variés.



Cas 1

Douleurs aux oreilles dans la nuit

Depuis quelques jours, la petite Anja est enrhumée, son nez est bouché et coule. En fin de soirée, elle se plaint de fortes douleurs dans l'oreille droite. Sa mère est inquiète et craint une otite moyenne.

Medgate conseille un traitement composé notamment de sprays nasaux décongestionnants et d'antalgiques. Des inhalations peuvent en outre favoriser la guérison. Une otite moyenne est possible, mais les antibiotiques ne sont pas requis dans un premier temps. Si les douleurs ne s'atténuent pas dans les 48 heures, la mère d'Anja devra rappeler.

Cas 2

Accident de sport le dimanche



Mélanie fait toujours un footing le dimanche, même par mauvais temps comme aujourd'hui. Elle glisse sur une feuille mouillée et se tord la cheville. Elle ressent des douleurs aiguës à chaque pas et sa cheville a bien enflé. De plus, elle ne peut presque plus s'appuyer sur le pied.

Medgate lui conseille de faire effectuer une radio du pied le lundi chez le médecin de famille, car une fissure osseuse n'est pas à exclure. Pendant la nuit, un bandage réfrigérant sera bénéfique et Mélanie peut se procurer un antalgique (délivré sans ordonnance) à la pharmacie.

**Cas 3**

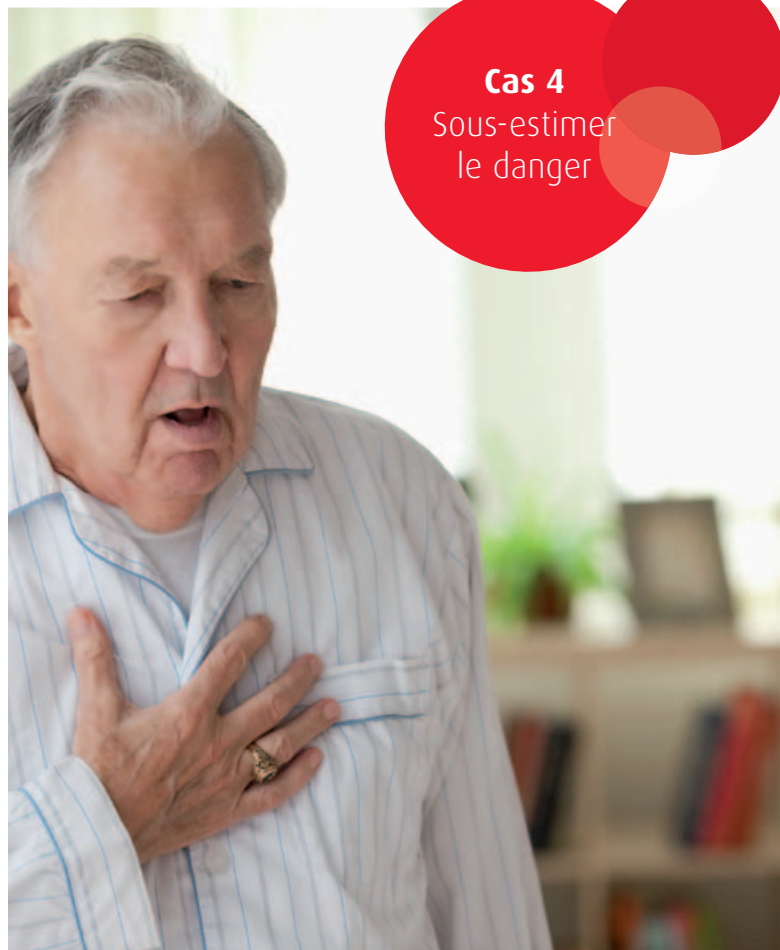
Un œil rouge
le matin

Un matin, Serge prend peur en se regardant dans le miroir: son œil droit est complètement baigné de sang. De plus, il ressent un léger corps étranger dans l'œil. Il doit aller travailler, mais se demande s'il ne doit pas d'abord consulter un ophtalmologue.

Le médecin Medgate propose à Serge de réaliser une photographie numérique de son œil et de l'envoyer à Medgate par e-mail. Il reconnaît un vaisseau éclaté de la conjonctive. Normalement, cela se résorbe spontanément. Si aucun autre symptôme n'apparaît, Rolf devra simplement surveiller son œil. Il peut donc se rendre à son travail l'esprit tranquille.

Depuis quelques semaines, Monsieur P., retraité, ressent dans la poitrine, lorsqu'il fait des efforts physiques, une oppression qui dure à chaque fois plus longtemps et le force à s'arrêter. Monsieur P. ne veut cependant pas entendre parler d'une visite chez le médecin. Lorsque les douleurs s'intensifient et s'accompagnent de fortes sueurs, sa femme se renseigne par téléphone.

Medgate conseille de se rendre immédiatement à l'hôpital, car cela peut être le signe d'un infarctus imminent. Medgate appelle l'ambulance et fait hospitaliser le patient. Monsieur P. est immédiatement traité et heureux d'avoir écouté sa femme et Medgate.

**Cas 4**

Sous-estimer
le danger

Medgate

**Faits et chiffres**

Le centre suisse de télémédecine MEDGATE a été fondé en 1999 par Andy Fischer, médecin de la garde médicale aérienne et chirurgien, Lorenz Fitzi, économiste, et André Moeri, expert IT. Aujourd'hui encore, les trois directeurs associés gèrent ensemble l'entreprise, qui compte 220 collaborateurs. Medgate, dans son centre de téléconsultation de Bâle, effectue chaque jour

jusqu'à 4300 téléconsultations – plus de deux millions et demi depuis sa création – pour le compte de différents assureurs maladie. Plus de la moitié des patients peuvent, via Medgate, bénéficier d'un traitement de télémédecine complet. Fort de son indépendance, Medgate fait aujourd'hui partie intégrante du système de santé suisse.

www.medgate.ch



Cas 5 Doutes pendant les vacances

Madame P. prend depuis peu un hypotenseur en raison de son hypertension. En vacances en France, elle est prise de forts maux de tête. A l'hôtel, on lui propose un antalgique. Mais Madame P. ne sait pas si le médicament qu'elle ne connaît pas est compatible avec son hypotenseur.

Medgate conseille de prendre l'antalgique en cas de besoin, car il n'existe pas d'interaction entre les deux médicaments. Madame P. saisit l'occasion de cet entretien avec le médecin Medgate pour demander comment faire attention à son hypertension lors de ses activités sportives sur son lieu de vacances.

Vos avantages avec la télémedecine

Demandez un conseil médical par téléphone

Cette offre est gratuite pour tous les assurés de Sympany. Seul l'appel est facturé au tarif normal pour la Suisse ou l'étranger.

Vos numéros pour un conseil médical 24 heures sur 24:

depuis la Suisse 0844 000 724

depuis l'étranger +41 844 000 724

Pour simplifier le conseil: notez vos symptômes et vos antécédents médicaux (p. ex. allergies, opérations) et ayez à portée de main les médicaments que vous prenez en ce moment.

Misez toujours d'abord sur le conseil par télémedecine et écono- misez des primes

**Le modèle d'assurance Managed Care de Sympany qui
mise tout sur la télémedecine s'appelle callmed 24.**

Il fonctionne ainsi: en cas de problèmes de santé, appelez toujours, dans un premier temps, un télémedecin, et non pas un médecin de famille ou un spécialiste directement. Les médecins Medgate sont disponibles et assurent votre suivi 24 heures sur 24. Selon la situation, ils décident si une consultation chez le médecin ou un autre traitement est nécessaire. Les assurés de callmed 24 appellent toujours le même numéro: 0844 852 852

**Economisez jusqu'à 17,5% de votre prime avec callmed 24
ou un des autres modèles de Managed Care casamed hmo
ou casamed médecin de famille.**

Informez-vous auprès de Sympany sur les conditions exactes
et les possibilités d'économies offertes par les modèles de
Managed Care:

service@sympany.ch, 0800 455 000

www.sympany.ch/private

«Les assurés bénéficient d'un très bon rapport qualité-prix.»

Ralph Lewin démissionnera de son poste de président du conseil de fondation de Sympany à la fin de l'année. Pour conclure, il évoque les échéances majeures pour Sympany, le domaine de la santé et le rôle des assureurs maladie.

M. Lewin, vous avez accompagné ÖKK/Sympany pendant 25 ans. Quels ont été, rétrospectivement, les orientations et les défis les plus importants?

Après mon arrivée en 1986, il s'agissait d'assurer un avenir à ÖKK: après que les Bâlois, en 1985, ont refusé la fusion, une nouvelle loi a été adoptée, nous permettant d'agir avec plus de flexibilité sur le marché. Nous en avons profité et acquis à nouveau beaucoup de clients. L'introduction des cabinets de groupe HMO à Bâle et à Zurich a notamment constitué une étape-clé. Il s'agissait il y a 20 ans d'une prestation de pionnier, qui a ouvert la voie au Managed Care. La création de Sympany en 2008 a été la conséquence de nombreuses étapes d'innovation. Le but était de faire évoluer un établissement étatique, à vocation locale, vers une entreprise moderne, indépendante et présente dans toute la Suisse. Cela a aussi été possible grâce à l'introduction de la loi sur l'assurance maladie (LAMal) en 1996.

Quels ont été les effets concrets de l'introduction de la LAMal?

La LAMal n'a pas seulement consacré l'obligation de s'assurer, mais aussi la liberté de choix pour les assurés sans réserves d'assurance et primes dépendant de l'âge d'entrée. Cela a permis plus de concurrence. En même temps, l'introduction de la compensation des risques a cependant aussi consolidé le système de solidarité. Je suis persuadé que c'est uniquement grâce à la LAMal que nous bénéficions aujourd'hui encore d'un accès aussi large et efficace aux prestations médicales. Ce n'était pas la diminution des coûts qui était au premier plan il y a 15 ans, mais la consolidation du système. La LAMal a créé les réductions de primes pour les personnes les plus faibles sur le plan économique dans toute la Suisse, un acquis sociopolitique dont on ne pourrait plus se passer aujourd'hui.

Comment le système de santé suisse a-t-il évolué au cours des 25 dernières années?

L'énorme extension des offres et des possibilités de traitement est naturellement frappante. Comme déjà évoqué, un accès efficace est pour moi déterminant: nous n'avons pas, en Suisse, de médecine à deux vitesses. Le prix à payer pour cela est élevé. Malgré tout, la satisfaction concernant le système de santé reste globalement à un bon niveau: les assurés sont conscients de bénéficier d'un très bon rapport qualité-prix. Enfin, le système de santé, qui fournit des postes de travail, est un facteur économique important.

Vous évoquez la hausse des coûts. Selon le Sondage Santé, bon nombre de sondés voient un potentiel d'économies important chez les assureurs maladie...

La part des frais d'administration des assureurs maladie est largement surévaluée (environ 30%!). En réalité, dans la moyenne du secteur, ils ne représentent qu'une part infime. Ce ne sont pas les assureurs qui rendent la santé plus chère. Ce qui génère des coûts est tout simplement le fait que de plus en

De Lewin à Walser

De 1986 à 1997, Ralph Lewin a été directeur d'ÖKK Bâle, la société dont est issue Sympany, puis est devenu président de son conseil d'administration. De 1997 à 2009, cet économiste a été membre du Conseil-exécutif du canton de Bâle-Ville et a dirigé le Département de l'économie et des affaires sociales. En 2009, il a été élu président de la fondation Sympany par le Conseil-exécutif. A la fin de l'année, il quittera le conseil de fondation pour se consacrer à ses autres mandats.

Son suppléant actuel, Siegfried Walser, reprend la présidence du conseil de fondation de Sympany. Siegfried Walser est économiste, travaille comme conseiller d'entreprises indépendant et vit à Muntelier (FR).



plus de prestations sont proposées et consommées. Les incitations favorisent cette extension de toutes parts. En raison de l'obligation de contracter, les assureurs ne peuvent pas contrôler ces frais, mais doivent les répercuter sur les primes par tête fixes et envoyer les factures. Je dois cependant ajouter une autocritique: notre secteur pourrait certainement exercer une plus grande influence s'il se montrait plus uni face aux prestataires.

Comment les coûts vont-ils évoluer et comment, selon vous, maîtriser la hausse des coûts?

La santé va coûter de plus en plus cher en raison des possibilités de traitement toujours plus nombreuses, et de la nécessité toujours plus grande de soins à long terme due au vieillissement de la société. Economiser sur le traitement de maladies graves soulèverait des questions complexes sur le plan éthique. Nous n'aurons même pas à les aborder si nous exploitons, avec le Managed Care, le potentiel d'économies que la suppression des doublons et la promotion de traitements moins coûteux offrent à elles seules. Aussi, j'espère que le modèle de Managed

Care des Chambres fédérales échappera à une éventuelle votation populaire.

Quel est l'apport concret du Managed Care?

Grâce à une plus grande coordination, par exemple dans des réseaux de médecins ou via un conseil téléphonique préalable, les traitements sont appliqués de manière plus ciblée. Cela augmente la qualité et permet des économies, et la coresponsabilité des médecins et des HMO en matière de budget favorise la prise de conscience des coûts. Celle-ci devrait toutefois être globalement renforcée. Ainsi, bien plus de génériques pourraient être utilisés sans perte de qualité. En outre, il existe encore dans certaines régions un potentiel de synergie en termes de planification hospitalière.

A propos des hôpitaux: le nouveau financement hospitalier à partir de 2012 va-t-il dans le bon sens?

Le nouveau financement apportera plus de transparence: patients et assureurs remarqueront si des prestations identiques sont facturées différemment selon les hôpitaux ou ne sont

pas fournies avec la même qualité. Même s'il y a encore des difficultés initiales parce que les tarifs n'ont pas encore été négociés ou les normes de qualité ne sont pas définies, je suis persuadé que la nouvelle réglementation aura des effets positifs à moyen terme sur la qualité et les coûts.

A la fin de l'année, vous quitterez le conseil de fondation. Que souhaitez-vous à Sympany pour l'avenir?

Au cours de son histoire, Sympany s'est sans cesse adaptée aux changements de conditions grâce à sa force d'innovation et à sa flexibilité. Je souhaite à Sympany et à ses collaborateurs engagés le courage et la volonté de changer dans un environnement en mutation. Il ne faudra toutefois pas oublier notre tradition, à savoir placer l'aspect humain au centre des préoccupations: Sympany doit pouvoir offrir à ses assurés un partenariat stable à long terme.



Les plaquettes de vélo sont aujourd'hui plus que des objets cultes. Et la vignette a elle aussi fait son temps.

Faire du vélo: encore plus simple

Peut-être certains verseront-ils une larme en repensant aux plaques et vignettes de vélo. Voici cependant la bonne nouvelle: à l'avenir, l'assurance responsabilité civile de Sympany inclura l'assurance vélo gratuitement.

Qui ne se souvient des bonnes vieilles plaques rouges sur lesquelles figuraient, de façon bien lisible, l'année et l'abréviation du canton, et que l'on devait fixer sur le porte-bagage du vélo? Bien sûr, à travers cette plaque, il n'était pas question seulement d'appartenance à un canton, mais aussi d'assurance: en tant que cycliste, on est naturellement responsable des accidents que l'on provoque avec son véhicule. L'achat obligatoire de cette plaque conférait la couverture responsabilité civile – une protection financière en cas d'accidents de vélo.

Assurance pour cycliste

Les plaquettes qui indiquaient autrefois si on se déplaçait légalement ou illégalement ne sont aujourd'hui plus que des objets cultes. Elles décorent éventuellement encore des portes d'étables ou servent à fabriquer des produits tendance en style rétro. En 1988, les cantons ont été libérés de l'obligation d'offre et les assureurs privés ont pu également proposer l'assurance responsabilité civile vélo. Ainsi, la plaque a été remplacée par une petite vignette qui pouvait être collée n'importe où sur le vélo. Cette vignette a elle aussi fait son temps. Dès 2012, les cyclistes devront s'occuper eux-mêmes de leur assurance responsabilité civile. On renonce ainsi, à l'avenir, à la production de cinq millions de vignettes par an.

Assuré sans majoration à partir de 2012

En tant qu'assuré responsabilité civile de Sympany, vous bénéficierez à l'avenir automatiquement de la responsabilité civile vélo, le tout sans majoration. Attention: la couverture responsabilité civile s'applique aux bicyclettes et véhicules assimilés, mais pas aux cyclomoteurs ou vélos dotés d'une assistance électrique allant à une vitesse de plus de 25 km/h. La franchise s'élève dans chaque cas jusqu'à 200 francs. Avec une assurance responsabilité civile de Sympany, vous restez entièrement couvert – sans devoir penser tous les ans à la vignette. Bonne route!

Des primes constantes

Depuis 2009, Sympany propose, outre les assurances maladie, des assurances choses et responsabilité civile. Grâce à l'évolution positive de la clientèle, Sympany peut renoncer à l'augmentation des primes dans ce segment en croissance et proposer des primes stables pour l'année 2012.

Les assurances choses et responsabilité civile de Sympany vous intéressent? Nous vous conseillons volontiers:

www.sympany.ch/private, 0800 455 455

S'entraîner comme les grands

Les KidsCamps du FC Bâle 1893 permettent aux enfants de jouer au football pendant une semaine et, même, de côtoyer leurs idoles. Sympany soutient cette offre attrayante que beaucoup de parents apprécient.

A deux pas du stade St.-Jakob-Park à Bâle, la France et la Russie disputent un match équilibré. Juste à côté, le Venezuela tente d'égaliser à 2:2 contre le Brésil, mais le tir se heurte au gardien. «Ne tire pas sur le gardien!» s'exclame le père, au bord du terrain, ce qui n'empêche pas le public d'applaudir chaleureusement les défenseurs et le gardien.

Beaucoup de plaisir, mais aussi du respect et du fair-play

Bien sûr, ce ne sont pas les équipes nationales des «grands» qui sont à l'œuvre. Ce sont des garçons et des filles âgés de 8 à 13 ans qui participent au FCB-KidsCamp en cette semaine d'octobre: le matin est consacré à la technique. L'après-midi donne lieu à un tournoi, dont le vainqueur est récompensé en fin de semaine. Pour certains enfants, cependant, le plus important est la séance d'autographes avec les stars de la première équipe du FC Bâle 1893, tous les midis. Beaucoup arborent avec fierté les signatures de Frei, Streller, Stocker et C^{ie} sur leurs maillots de football.

«Le KidsCamp est ouvert à tous; ce n'est ni de la promotion de talents, ni de l'entraînement de haut niveau», souligne le responsable Willy Schmid. Ce n'est pas la performance qui prime, mais le plaisir. Les enfants apprennent toutefois à s'intégrer dans une équipe et à faire preuve de respect et de fair-play. Schmid attache aussi de l'importance à la formation des différents entraîneurs d'équipe. Les juniors du FC Bâle 1893 endossent le rôle d'arbitres. L'ambiance est en

tout cas excellente, notamment en raison du beau temps. La discipline, nécessaire pour encadrer 200 participants, est aussi au rendez-vous. Le brouhaha des enfants ne s'installe que lorsqu'Alex Frei entre dans la salle, après le repas de midi...

Sympany est de la partie

Depuis la saison 2011/2012, Sympany est le partenaire premium du FC Bâle 1893 et soutient les FCB-KidsCamps qui ont lieu désormais quatre fois par an. Pour la responsable du sponsoring Heidi Herzog, il ne s'agit pas que d'un attachement à la région de Bâle: «Nous soutenons volontairement les efforts du FCB pour la promotion du sport chez les enfants et adolescents. En tant qu'assurance, nous misons ainsi sur la santé, la prévention et la responsabilité sociale.»

Et les enfants s'amusent. Entre-temps, le match est terminé et le Venezuela a réussi à s'imposer. Perdants et gagnants se serrent la main. C'est la règle. Comme le fait d'entrer sur le terrain ensemble avant le match. Déjà, les équipes suivantes attendent au bord du terrain: la Suisse défie l'Italie, et l'Argentine la Colombie.

Vous trouverez un article détaillé sur le KidsCamp d'octobre dernier sur:

www.fcb.ch





Isabelle Gröli-Naegele est responsable du service à la clientèle de Sympany.

Notre service à la clientèle répond aux questions

Nos collaborateurs fournissent chaque jour des renseignements. En leur nom, Isabelle Gröli-Naegele répond à des questions souvent posées.

Agence en ligne

Puis-je modifier mes coordonnées en ligne sur Internet?

Grâce à l'agence en ligne Sympany, vous soumettez tranquillement, depuis chez vous, les requêtes les plus fréquentes dans le cadre de votre assurance, sans vous soucier des heures d'ouverture du service à la clientèle. Via l'agence en ligne, vous pouvez nous communiquer une nouvelle adresse ou relation bancaire, ou nous dire que vous souhaitez désormais payer vos primes par le système de recouvrement direct. Vous pouvez faire modifier la couverture d'assurance ou la franchise de manière tout aussi simple et rapide. Adressez-nous ainsi en toute simplicité vos communications, questions, suggestions ou éventuelles réclamations. Vous recevrez notre réponse dans les deux jours ouvrables.

www.sympany.ch/private/fr/e-agentur

Financement hospitalier 1

Ce qui change avec le nouveau financement hospitalier ...

Un nouveau tarif hospitalier est introduit. A partir du 1^{er} janvier 2012, tous les hôpitaux suisses factureront des forfaits par cas pour les traitements stationnaires. Ainsi, le traitement hospitalier sera remboursé selon le diagnostic médical, indépendamment de la durée du séjour. Les tarifs pour les forfaits par cas sont négociés entre les hôpitaux et les assureurs maladie. Les tarifs peuvent être différents selon la région et l'hôpital. Avec le nouveau financement hospitalier, il sera possible de comparer les coûts entre hôpitaux et d'accroître la concurrence entre eux. Les cantons et les assureurs partagent désormais les coûts des traitements hospitaliers à environ 50%. Les hôpitaux autorisés à déduire des frais à la charge de l'assurance maladie figurent sur les listes d'hôpitaux cantonaux.

Financement hospitalier 2

... et quels changements concernent les assurés?

En tant qu'assuré de base, vous pourrez, dès 2012, être hospitalisé dans la division commune de tout hôpital sur liste en Suisse. Ce n'était jusque-là possible que dans le canton de domicile. Les tarifs pouvant être plus élevés dans un hôpital hors du canton, les éventuels frais supplémentaires sont toutefois à votre charge. Si vous disposez de l'assurance complémentaire «hospita générale» ou d'une couverture d'assurance plus élevée, ces frais-là sont couverts. Seule une assurance complémentaire d'hospitalisation vous permet de bénéficier dans toute la Suisse d'une couverture des frais intégrale garantie, hors participation aux frais. Sympany est d'ailleurs la seule assurance qui baisse les primes de l'assurance complémentaire d'hospitalisation «hospita générale» de 20% en moyenne.

Avez-vous des questions?

Pour joindre le service à la clientèle de Sympany:

Particuliers 0800 455 000, www.sympany.ch/private

Entreprises 0800 955 000, www.sympany.ch/business

service@sympany.ch, www.sympany.ch

Les betteraves

En hiver, ce tubercule terreux et sain met de la couleur dans l'assiette.

Les bienfaits

Sa forte teneur en fer

en faisait autrefois un remède naturel essentiel utilisé notamment pour stimuler la formation du sang. Ce tubercule contient de la vitamine B, du potassium, du fer et de l'acide folique. Même les feuilles contiennent beaucoup de nutriments et se préparent comme des épinards. Le tubercule se mange aussi bien cru que cuit et s'accommode de maintes façons.



La coutume

Noël en Pologne

est une grande fête célébrée en famille. On commence à manger lorsqu'on voit la première étoile dans le ciel. Douze mets sont prévus en souvenir des douze apôtres. Le bartch est l'un des douze mets. Cette soupe de betterave claire ressemble beaucoup au bortch, plat national russe très apprécié.

La recette

Carpaccio de betterave

pour 4 personnes: peler une grosse betterave cuite ou crue, la couper en fines tranches ou la râper. Dresser les tranches sur les assiettes. Répartir une bonne poignée de roquette sur les tranches de betterave. Assaisonner avec du poivre et du sel et ajouter quelques gouttes d'huile d'olives et de vinaigre balsamique. Pour décorer et parfaire le goût, répartir généreusement des copeaux de parmesan sur la roquette.

Les origines

Le pourtour méditerranéen

est le foyer initial de la betterave. Aujourd'hui, elle est cultivée en climat tempéré dans de nombreux pays d'Europe. La forme rouge de ce légume-racine est la plus connue. Ce légume rond et allongé en forme de poire existe aussi en blanc et en jaune. La betterave est un légume type d'hiver, qu'on trouve cependant toute l'année, grâce à des méthodes de stockage modernes.



Un bon conseil

Enrhumé? Grippé? Enveloppez-vous!

C'est à nouveau la saison des rhumes et de la toux. Ce que nous prenons souvent pour une grippe n'est, dans bien des cas, qu'un refroidissement. Selon les cas, il faut consulter un médecin ou s'en remettre aux remèdes de grand-mère.

Enrhumé ou malade

Une infection grippale, qu'on appelle «refroidissement», est souvent bénigne. En revanche, la grippe est une maladie virale grave et contagieuse. Les premiers symptômes sont souvent les mêmes: maux de gorge, rhume, toux et enrouement. On dit cependant qu'un refroidissement «arrive à petits pas», tandis qu'une grippe «attaque»: quelqu'un qui a une grippe tombe brusquement malade, a une forte fièvre et présente des symptômes violents.

Se reposer ou chez le médecin

Un refroidissement peut persister et durer plus d'une semaine. Pour le soigner, vous devez vous ménager, boire abondamment, faire des gargarismes et des inhalations. Une grippe se caractérise par une fièvre élevée et durable, une toux sèche, des maux de tête et de vives douleurs articulaires et musculaires. Si ces symptômes apparaissent, il faut consulter un médecin. Car il existe un risque de complications, par exemple de pneumonie.

Chaud ou froid

Les enveloppements sont un remède pour traiter un refroidissement ou pour atténuer la grippe. Ils ne peuvent pas remplacer le médecin, mais ont des effets bénéfiques: des enveloppements chauds sont efficaces en cas de rhume, d'enrouement et de toux, car ils stimulent la circulation sanguine et mobilisent le système immunitaire. Les enveloppements froids ont un effet décongestionnant et calment la douleur. Ils sont appropriés en cas d'inflammation et de fièvre.

WIWO-Wickel organise des cours sur le thème des enveloppements et des compresses et propose une trousse complète d'enveloppements et différents sets d'enveloppement:
www.wiwo-wickel.ch